

# Consejos Prácticos para la Educación Sexual Basada en la Familia



Le guste o no, su hijo se expone a mensajes sexuales de la televisión y de las películas, de otros niños, de publicidades, y de vídeos musicales, etc. Muchas de estas fuentes pueden dar información que no es exacta o pueden no incluir los valores sobre el sexo que son importantes para su familia. Al guardar silencio sobre el sexo y sobre otros temas (el embarazo, la anatomía, la autoestima, la imagen corporal, etc.), los padres niegan a sus hijos los valores familiares. Aquí encontrará algunos consejos prácticos de guía:



## La educación sexual no es “la gran charla”.

Se trata de una conversación con sus hijos regular en el tiempo, que se inicia con conceptos simples y que crece en complejidad y detalles a medida que el niño crece. Comience tan pronto como pueda, pero recuerde: nunca es demasiado tarde para entablar una conversación.



## Infórmese.

Hay una gran variedad de recursos, tales como libros para niños, libros para padres, capacitaciones, sitios en Internet y líneas telefónicas de ayuda que pueden ser de utilidad. Visite su biblioteca local o librería con su hijo, y elijan libros juntos.



## Utilice “momentos educativos”.

Cuando vean algún padre adolescente o alguna adolescente embarazada, o al ver televisión o alguna película donde aparezca algún tema de índole sexual, utilice este como una excusa para iniciar una conversación:

“¿Qué piensas sobre...?”



## Aprenda de su propia educación sexual.

¿Cuál fue su experiencia al crecer?  
¿Le gustaría que la educación sexual de su hijo fuera diferente?



## Está bien sentirse ansioso.

Explíquele a su hijo “Sé que a veces es difícil hablar de estas cosas, pero es importante. Te amo y me preocupo por ti. Quiero asegurarme de que encuentres las respuestas a tus preguntas y de que sepas que siempre puedes acudir a mí para cualquier pregunta o problema que tengas”. Para las primeras conversaciones, intente que sean en el auto o mientras usted prepara la cena, así no tendrá que haber contacto visual. Luego, cuando se sienta más cómodo, podrá hablar de manera más directa.



## Aclare las preguntas de su hijo.

Asegúrese de comprender las preguntas de su hijo antes de responder. El ejemplo clásico es el de un niño preguntando: “¿De dónde vengo?”. El padre hace una larga explicación sobre el embarazo y el nacimiento, y el niño se ve confundido. Entonces agrega: “Bueno, Timmy dice que él viene de Michigan. ¿De dónde vengo yo?” Una vez que haya confirmado la pregunta, determine si está pidiendo información, si pregunta sobre valores (qué está bien y qué está mal y porqué) o si se pregunta: “¿Soy normal?”.



## Hable con otros padres para pedirles consejo

Si algún amigo habló con sus hijos sobre el sexo, ¿qué cosas le dieron resultado? ¿Qué le pareció difícil? Aprenda de sus experiencias.

# Pasos A Seguir Al Responder Las Preguntas



## ALIENTE

“Esa es una pregunta muy importante”. “Me alegra que preguntaras eso”. “Esa es una pregunta muy inteligente, me alegra que pienses en estas cosas”. Si necesita tiempo para pensar sobre la pregunta o si es un momento inapropiado (¡en medio de una fiesta!), explique: “ Quiero asegurarme de que tengamos tiempo para hablar sobre el tema, así que conversemos sobre esto en el auto a la vuelta (o esta noche a la hora de ir a acostarse)”. Atascarse en un tema o posponerlo está bien, si usted lo retoma rápidamente.



## CONFIRME

cuál es realmente la pregunta. “Creo que lo que estás preguntando es..., ¿entendí bien?”.



## DETERMINE

si la pregunta se refiere a INFORMACIÓN, si es sobre VALORES (qué piensa usted que está bien o mal y porqué) o es una pregunta sobre SI ES NORMAL. Las preguntas sobre información necesitan respuestas simples, directas y a menudo médicas. Si se trata de preguntas sobre valores, asegúrese de compartir el PORQUÉ usted cree lo que hace. Las preguntas del tipo “¿SOY NORMAL?” lo que buscan es reafirmación.



## RESPONDA

lo mejor que pueda. Si no está seguro de alguna respuesta, dígame: “No estoy seguro, busquémoslo juntos”. Retome rápidamente mirando en un sitio de Internet o en un libro juntos tan pronto como sea posible.



## EVITE

enfadarse, juzgar y hacer suposiciones. ¡Trabaje en su cara de póquer! ¡Puede que sus palabras no sean de enojo o para juzgar, pero es posible que su expresión transmita que a usted no le gusta esa pregunta! Si un niño pregunta sobre el sexo, no significa que sea sexualmente activo. Por supuesto, no quiere decir que no lo sea. Evite lanzarse a sacar conclusiones o volverse acusatorio. Si su hijo siente su enojo, es posible que luego no acuda a usted cuando realmente necesite su ayuda.



## CONFIRME

que haya respondido la pregunta: “¿Eso tiene sentido?” “¿Respondió eso a tu pregunta?”.



## ALIENTE

“Realmente me alegra que hayamos conversado sobre eso.. Siempre quiero que acudas a mí en adelante cuando tengas preguntas, ¿está bien?”